

令和7年6月

食物アレルギー献立表

上井草保育園

日／曜	時間帯	献立	乳	魚	小麦	ごま	卵	魚卵・キウイ・ナッツ類・甲殻類
02月	昼食	① ごはん ② じゃが芋の味噌汁 ③ 豆腐のまご揚げ ④ 切干大根の煮物 ⑤ グレープフルーツ		③しらす干し→除去				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② あじさいゼリー ③ ぱりんこ	①牛乳→豆乳					
03火	昼食	① 麦入りごはん ② 冬瓜の味噌汁 ③ かじきの風味焼き ④ 白菜と小松菜のごま和え ⑤ バナナ		③かじき→鶏もも肉		④白ごま→除去		
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ツナコーンサンド	①牛乳→豆乳		②ブルマンホワイト→米粉パン			
04水	昼食	① 中華丼 ② 豆腐と豆苗のスープ ③ ツナと春雨のサラダ ④ オレンジ		③ツナ缶→除去				
	午後おやつ	① 麦茶(午後おやつ) ② みそラーメン			②焼きそばめん→米			
05木	昼食	① ごはん ② じゃが芋としめじのスープ ③ チキンソテー ④ ラタトゥユ ⑤ グレープフルーツ						
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ココア蒸しパン	①牛乳→豆乳 ②牛乳→豆乳、バター→油		②小麦粉→米粉			
06金	昼食	① ソース焼きそば ② 豆腐とわかめのスープ ③ 大根ときゅうりの酢の物 ④ バナナ			①焼きそばめん→米			
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② カレーピラフ	①牛乳→豆乳 ②バター→除去					
07土	昼食	① ごはん ② さつま芋の味噌汁 ③ 豚肉のブルコギ ④ 小松菜のナムル						
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② 豆腐ブラウニー	①牛乳→豆乳					
09月	昼食	① ハヤシライス ② じゃが芋のコロコロサラダ ③ そら豆の塩ゆで ④ グレープフルーツ	①ハヤシルウ→ハヤシの王子様		①ハヤシルウ→ハヤシの王子様			
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ポンデケージョ	①牛乳→豆乳 ②牛乳→豆乳、粉チーズ→除去		②ミックス粉→米粉ミックス			
10火	昼食	① 麦入りごはん ② 麩とほうれん草のすまし汁 ③ さばのトマトソースかけ ④ 大豆のサラダ ⑤ バナナ		③さば→鶏もも肉	②焼麩→除去			
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② 大学芋	①牛乳→豆乳			②黒ごま→除去		
11水	昼食	① ごはん ② トマトとレタスのスープ ③ 鶏肉の豆乳クリームソースかけ ④ ツナとブロッコリーのサラダ ⑤ オレンジ		④ツナ缶→除去				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ミートソースパンネ	①牛乳→豆乳		②パンネ→米			
12木	昼食	① ごはん ② 豆腐のすまし汁 ③ 豚肉と玉葱の味噌炒め ④ ツナとひじきのサラダ ⑤ メロン		④ツナ缶→除去				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② 五平餅	①牛乳→豆乳			②白ごま→除去		
13金	昼食	① 麦入りごはん ② オクラとなめこの味噌汁 ③ おろしハンバーグ ④ かぼちゃ煮 ⑤ バナナ			③ドライパン粉→除去			
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② シュガーラスク ③ 茹でとうもろこし	①牛乳→豆乳 ②バター→油		②ブルマンホワイト→米粉パン			
14土	昼食	① ごはん ② 小松菜の味噌汁 ③ 厚揚げと豚ひき肉の中華風炒め ④ 粉ふき芋						
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② コーンマフィン	①牛乳→豆乳					

日／曜	時間帯	献立	乳	魚	小麦	ごま	卵	魚卵・キウイ・ナッツ類・甲殻類
16月	昼食	① ごはん ② じゃが芋の味噌汁 ③ 豆腐のまさご揚げ ④ 切干大根の煮物 ⑤ グレープフルーツ		③しらす干し→除去				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② あじさいゼリー ③ ぱりんこ	①牛乳→豆乳					
17火	昼食	① 麦入りごはん ② 冬瓜の味噌汁 ③ かじきの風味焼き ④ 白菜と小松菜のごま和え ⑤ バナナ		③かじき→鶏もも肉		④白ごま→除去		
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ツナコーンサンド	①牛乳→豆乳		②ブルマンホワイト→米粉パン			
18水	昼食	① 中華丼 ② 豆腐と豆苗のスープ ③ ツナと春雨のサラダ ④ オレンジ		③ツナ缶→除去				
	午後おやつ	① 麦茶(午後おやつ) ② みそラーメン			②焼きそばめん→米			
19木	昼食	① ごはん ② じゃが芋としめじのスープ ③ チキンソテー ④ ラタトゥユ ⑤ グレープフルーツ						
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ココア蒸しパン	①牛乳→豆乳 ②牛乳→豆乳、バター→油		②小麦粉→米粉			
20金	昼食	① ソース焼きそば ② 豆腐とわかめのスープ ③ 大根ときゅうりの酢の物 ④ バナナ			①焼きそばめん→米			
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② カレーピラフ	①牛乳→豆乳 ②バター→除去					
21土	昼食	① ごはん ② さつま芋の味噌汁 ③ 豚肉のブルコギ ④ 小松菜のナムル						
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② 豆腐ブラウニー	①牛乳→豆乳					
23月	昼食	① ハヤシライス ② じゃが芋のコロコロサラダ ③ そら豆の塩ゆで ④ グレープフルーツ	①ハヤシルウ→ハヤシの王子様		①ハヤシルウ→ハヤシの王子様			
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ボンデケージョ	①牛乳→豆乳 ②牛乳→豆乳、粉チーズ→除去		②ミックス粉→米粉ミックス			
24火	昼食	① 麦入りごはん ② 麩とほうれん草のすまし汁 ③ さばのトマトソースかけ ④ 大豆のサラダ ⑤ バナナ		③さば→鶏もも肉	②焼麩→除去			
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② 大学芋	①牛乳→豆乳			②黒ごま→除去		
25水	昼食	① ごはん ② トマトとレタスのスープ ③ 鶏肉の豆乳クリームソースかけ ④ ツナとブロッコリーのサラダ ⑤ オレンジ		④ツナ缶→除去				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ミートソースパンネ	①牛乳→豆乳		②パンネ→米			
26木	昼食	① ごはん ② 豆腐のすまし汁 ③ 豚肉と玉葱の味噌炒め ④ ツナとひじきのサラダ ⑤ メロン		④ツナ缶→除去				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② 五平餅	①牛乳→豆乳			②白ごま→除去		
27金	昼食	① 麦入りごはん ② オクラとなめこの味噌汁 ③ おろしハンバーグ ④ かぼちゃ煮 ⑤ バナナ			③ドライパン粉→除去			
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② シュガーラスク ③ 茹でとうもろこし	①牛乳→豆乳 ②バター→油		②ブルマンホワイト→米粉パン			
28土	昼食	① ごはん ② 小松菜の味噌汁 ③ 厚揚げと豚ひき肉の中華風炒め ④ 粉ふき芋						
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② コーンマフィン	①牛乳→豆乳					
30月	昼食	① ごはん ② かぶの味噌汁 ③ あじの竜田揚げ ④ きんぴらごぼう ⑤ パイナップル		③あじ→鶏もも肉		④白ごま→除去		
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② 大豆のスコーン	①牛乳→豆乳 ②牛乳・スキムミルク→豆乳、バター→油		②小麦粉→米粉			